

うみ 自然 歴史。

# ☆ 広報たかはま

vol.337  
2015年  
9月号

特集 たかはまII健康チャレンジ!! ●P2～3  
**健康づくりにチャレンジしませんか?**

めざすは「まちに出るほど健康になれるまち」

地域に医いこと ●P4

100%回収にご協力を  
 健康とくらしの調査 ●P5

みなさんの声をお聞かせください

広報たかはまアンケート(抽選でプレゼント付) ●P13

第7回目となるサマーキャンプin若狭路が開催されました。  
「いっぱい泳ぐぞー!!」と大喜びの子どもたちです。/フジハラ写真館撮影



「こどものうちから」「おとなにすすめる」「たかはま健康づくり10か条」ができました



## たかはま 健康づくり 10か条

おとなは  
いちいち  
おとなに  
すすめる  
健康習慣

こどもは  
いちいち  
こどもの  
うちから  
健康習慣

- 第1条 野菜から先に食べる
- 第2条 3食に野菜を食べる
- 第3条 間食を食べ過ぎない
- 第4条 体重をはかる習慣を持つ

- 第5条 早ね、早起き、朝ごはん
- 第6条 毎日からだを動かす
- 第7条 食べたら歯をみがく
- 第8条 タバコは吸わない
- 第9条 お酒は飲まない
- 第10条 目を大切にす
- 第11条 自分を大切にす
- 第12条 十分な睡眠をとる
- 第13条 今より一五〇〇歩多く歩く
- 第14条 食べたら歯をみがく
- 第15条 歯科検診を1年に1回受ける
- 第16条 タバコを吸わない
- 第17条 週に2日の休肝日を持つ
- 第18条 健診・がん検診を1年に1回受ける

●1条から4条は  
子どもと大人で同じです。

高浜町保健課



# 教えて!あなたの健康チャレンジ!!

「チャレンジすること」と、①1日の睡眠時間 ②今日の朝ごはん ③ストレス発散法

### 岩滝 佐由美さん



- ① 5～6時間
- ② 自家製あんこをのせたトースト、コーヒー、バナナ
- ③ 食べること

### 早瀬 浩さん



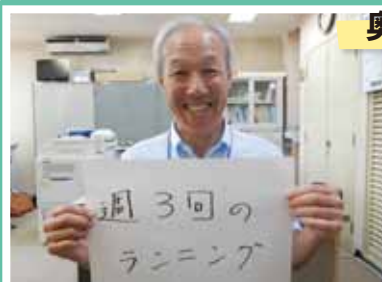
- ① 7時間
- ② ごはん、みそ汁、野菜サラダ、ヨーグルト、キウイ
- ③ 自然観察

### 今井 慶さん



- ① 8時間
- ② ごはん、みそ汁、卵焼き、ウインナー、焼き魚、サラダ
- ③ 友達と話すこと、でかけること

### 奥野 金弘さん



- ① 8時間
- ② ごはん、トマト、ポテトサラダ、みそ汁、ブルーベリー、ヨーグルト
- ③ ビール、ランニング

9月から健康チャレンジ期間スタート!!

11月まで からだにいいことを始めよう!

9月から11月は健康チャレンジ期間。

すでに始めている人は、  
その健康づくりをまわりの人に広めてください!  
「全然やってない!」という人は、  
健康チャレンジ期間をきっかけに始めてみよう!



町のみなさんに  
健康チャレンジ期間に  
始める、健康づくりに  
ついてインタビュー  
しました!





田中 佑基さん

- ① 9時間
- ② チーズとやさいをはさんだパン
- ③ ともだちとあそぶこと



長倉 愛さん

- ① 7時間
- ② 卵とハムのをせたパン、牛乳、みそ汁
- ③ 子どもと遊ぶこと



三食レンジャー(赤)

- ① 6時間
- ② 納豆、ごはん、卵焼き
- ③ 適度なお酒



伊東 厚子さん

- ① 7時間30分
- ② ごはん、みそ汁、野菜サラダ、目玉焼き
- ③ 体を動かすこと



増田 都子さん

- ① 7時間
- ② パン、フルーツ、ヨーグルト
- ③ 何もしないで寝ころぶ!



濱瀬 満博さん

- ① 5～6時間
- ② 野菜ジュース、パン
- ③ ゴルフ



吉田 萬壽さん

- ① 5時間
- ② 甘酒、すまし汁、鮭の切り身、ごはん、トマト
- ③ ストレスなし



森田 耕造さん

- ① 7時間
- ② パン2枚、ところてん
- ③ 野球、パズルクイズ



野瀬 豊町長

- ① 6時間 ↓(バナ、リンゴ、セロリ、ヨーグルト入り)
- ② 手づくりジュース、ごはん、みそ汁、つけもの
- ③ お酒!

## 小学生が描いた10か条ポスターを 展示して下さるお店を募集します

- 対象/町内の販売店(飲食店含む)
- 条件/下記の2点にご協力いただけるお店
  - ①10月から11月に店内に展示
  - ②店内展示の作品の中からお店大賞を選出し、お店ならではの記念品のプレゼントをお願いいたします。
- 申込メ切/9月18日(金)まで



◇申込・問い合わせ/保健課☎(72)2493

# 地域に医いこと

## みんなが守る、 みんなで育てる高浜の医療

高浜町寄附講座だより

### 第78回「『健康とくらしの調査』、始まります！」



#### ■「健康のための取り組み」は、 どうやって効く？

最近、全国各地で健康寿命延伸のための取り組み、つまり、元気で長生きするための取り組みが、多く実施されるようになってきました。

高浜町でも、例えばサロンの活動のように、みんなで集まって体操をする、もの忘れ防止のための頭の体操をするなどの取り組みが行われています。このサロンの活動の効果、半年前の記事にもお書きしました。

体を動かしたり頭を使ったりすることで、自分も健康に良いと考えられますが、それよりも、皆さんが地域に出て集まって、つながりや連帯感が増すことで、普段の生活での物理的・精神的支え合いが生まれ、その結果健康になるといえることがわかっています。

このように、つながりや絆、信頼関係によって得られるものを、「ソーシャル・キャピタル」といいます。

つながりや絆、信頼関係によって得られるものは、健康に関するものばかりでなく、教育や治安、経済など、地域のさまざまな分野に良い影響を出すこともわかっており、まさに地域の宝、まちづくりの基礎となるものといえるでしょう。



#### ■地域存続のための 健康づくり

地方自治体は今、重要な局面に差し迫っています。急激に進む高齢化と人口減少にうまく対応しないと、昨年度本創成会議が発表したように、十数年以降に存続が難しくなる自治体も出現することでしょう。

どのように対応するかはさまざまありますが、私は健康にかかわる者として、町民の皆さんを健康の面で支えられたらと、今年度以降、町の皆さんと一緒に、「まちに出るほど健康になれるまち」をめざして、さまざまな健康の取り組みをまちなかで展開していきたいと思っています。

ただ単に健康的な内容であるだけでなく、互いに支え合って地域が存続しやすいような、交流や絆を醸成するという視点で、取り組みの内容を考えていく予定です。

その時に浮かんでくるのが、以下の疑問です。

・高浜町の健康の課題がどういふところにあつて、町に求められる健康長寿の取り組みはどんなものなのか？

・実際に行っていく健康のための取り組みが本当に効果的だったかどうかを判断して、より良い取り組みに発展させるためには、どうすればよいか？

#### ■今月の「あなたにできる、 地域に医いこと」

◆「健康とくらしの調査」に答える、  
協力です。

これらの疑問に答えを出し、発展的に健康のまちづくりを進めるために、高浜町では65歳以上の方全員を対象に、『健康とくらしの調査』を実施いただく運びとなりました。

この調査は、健康にかかわっているとされるさまざまな社会的な要因を、健康にまつわる意識や行動とともに聞き出すことで、健康のための取り組みが何にどの程度効果があつて、今後どのように展開していけばよいかを明確にするための調査です。

考えられる要因をできるだけ多く聞き出す必要があるため、分量が非常に多く、お答えいただく皆様には非常に大きな負担をおかけしてしまうのですが、お答えが少ないと実施する意味がなく、回収率100%を目指しています。調査は9月中を予定しています。皆さんの健康と町の未来のため、回答いただくことに加え、周囲への調査の重要性の周知など、調査にご協力賜りますよう、よろしくお願ひします。

(文責：福井大学医学部地域プライマリケア講座／和田診療所 井階友貴)



# 健康づくり×まちづくり＝「まちに出るほど健康になれるまち」 「健康とくらしの調査」にご協力ください

団塊の世代が75歳以上となる2025年以降、全国でさまざまな健康・医療・介護に関する問題が噴出すると予想されています。一人暮らしや高齢者のみの世帯が急増し、高浜町の存続そのものが危ぶまれています。

地域のかかわりが薄れる中、家に閉じこもらずにまちなかに出て、人と人が交流し、絆を深めることで、介護を必要とせずに過ごす期間(健康寿命)が長くなり、町全体が健康になれることが分かっています。町全体が健康であれば、医療・介護保険料の上昇を少しでも和らげることができるでしょう。

高浜町では、「まちに出るほど健康になれるまち」の取り組みを推進していきます。さらに、交流や絆、社会参加をもたらすのは、健康ばかりではありません。教育や経済、治安など、さまざまな分野で効果があることがわかっていますので、大切な高浜をすばらしいまま次世代に残すためにも、この「まちに出るほど健康になれるまち」の推進は重要と考えています。

## 「健康と暮らしの調査」って何？

この「まちに出るほど健康になれるまち」を推進するにあたり、町民の皆様が普段どのように地域とかかわって暮らしているのか、どのような地域の健康に関する問題を感じているのか、まちなかでの取り組みが実際に町民の皆様にとってどのような効果をもたらしたのかを知り、次なる健康の取り組みに効率的につなげるための調査です。将来にわたり高浜町民が明るく・楽しく・幸せに暮らしていけるために必要な、とても大事な調査です。

調査は高浜町の65歳以上の方全員を対象に、すべて選択式あるいは数字のみ記入する形で行われます。変化を確認するために、今年9月、来年、4年後に同様の調査を実施する予定です。

100%の回収を目指して取り組みますので、どうかご協力いただきますよう、お願い申し上げます。

高浜町 健康とくらしの調査'15

【欄1】 あなたの身体状況についてお答えください。

1) この調査票にご回答いただくのはあなたですか。

2) 現在のあなたの健康がどの程度ですか。

3) あなたは普段の生活で歩行・入浴・排便などに介護・介助を受けていますか。

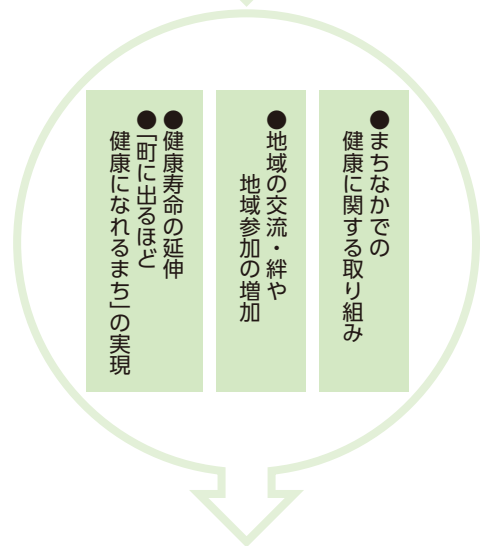
4) 現在の住居中、または介護施設のある病室にはまだ必要な項目に○をつけてください。

5) 過去1年間に入院しましたか。

6) 現在ご自身の歯はほとんど残っていますか。差し歯や歯冠をかぶった歯も自分の歯に数えられます。残った歯の本数は、縦向きを数えて32本です。

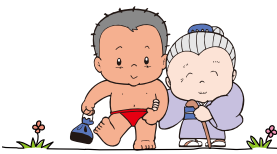
7) 入れ歯、フロッグ(取り外しできない入れ歯)またはインプラントを使っていますか。

分量が多くて大変な調査だけど、皆様どうぞご協力ください。



## 交流・絆・社会参加

- 健康増進
- 教育レベルの向上
- 地域経済の発展
- 治安の向上
- その他



# 地域包括支援センターよりご案内です

◇申込・問い合わせ／地域包括支援センター(福祉課内)  
☎(72)6120

## 生き生き倶楽部「体力アップ教室」

要申込 参加無料

自宅まで送迎付き

### 参加者募集中!!

「階段を手すりや壁をつたわらないと昇れない」  
「どこか支えがないと椅子から立ち上がれない」  
「つまずきやすい」「この一年の間に転んだことがある」  
「転倒に対する不安が大きい」等、足腰の弱りを感じていませんか。

今ある筋力の維持・向上のために、タオルや新聞棒等を使って楽しく体操を行います。

【6か月コース】

- 日時／9月29日～毎週火曜日 午後2時～4時
- 場所／保健福祉センター
- 定員／13名
- 申込締切／9月11日(金)

気になる方はお早めにお問い合わせください。

12月から3か月コースも始まります!!

12月3日～毎週木曜日 午後2時～4時



## 元気あっぷ倶楽部 認知症予防講座

### 正しく知ろう認知症、今から始めよう予防法

要申込

参加無料

### 参加者募集中!!

「認知症について聞いたことはあるけれど、実際どういうものなのか分からない」「もしかして知り合いが認知症かも…」「最近もの忘れが気になるけれど認知症になるの?」など認知症(もの忘れ等)に関心のある方、認知症について一から学んでみませんか。普段の生活の中で出来る認知症の予防方法について、全5日間の日程で学んでいきます。

- 対象／65歳以上の方 ※町内全域、どこの地区からでも参加できます。
- 内容／認知症予防のための講義と毎日の生活の中でできる簡単な体操、口腔ケア
- 日時／【全5回】10月7日(水)、14日(水)、21日(水)、28日(水)、11月4日(水) 午後2時～4時 ※都合で途中欠席されることも可能です。
- 場所／保健福祉センター ●定員／先着20名程度 ●申込メ切／10月1日(木)まで



ぜひお友達も誘ってご参加ください



## もの忘れ検診

要申込

参加無料

- 対象／もの忘れや認知症の疑いのある65才以上で要介護認定を受けていない方
- 内容／認知症専門の医師が簡易な認知症判定検査(MMSE)を実施しアドバイスを行います。検査の結果で認知機能低下が疑われる方には専門医療機関を紹介します。
- 日時／9月24日(木)午後2時～4時 先着3名 ※一人約30～40分程度
- 場所／保健福祉センター 相談室
- 申込締切／9月16日(水)まで



## 介護家族の会

要申込

参加無料

- 対象／介護者と認知症等のご家族
- 内容／音楽療法～音楽に合わせて心も体もリラックスしましょう♪～
- 日時／9月8日(火)午後1時30分～3時
- 場所／老人憩いの家 瑞祥苑
- 申込締切／9月4日(金)まで





全国で輝け!

## ■空手

中村 晴香さん【中寄区】

(高浜小学校3年)

中谷 綺里さん【小和田区】

(青郷小学校6年)

福井県ジュニア空手道選手権大会にて組手の部で各学年において2位

第15回全日本少年少女空手道選手権大会出場

## ■ラグビー

時岡 友之さん【横町区】

川口 涼太郎さん【塩土区】

矢野 義斗さん【湯谷区】

村宮 拓郎さん【青戸区】

山本 航大さん【青区】

(以上、若狭高等学校3年)

第2回全国高等学校7人制ラグビーフットボール大会福井県予選にて優勝

アシックスカップ2015 第2回全国高等学校7人制ラグビーフットボール大会 出場

## ■水泳

吉田 州吾さん【出合区】

(青郷小学校6年)

北陸SC協会A級福井大会2000m

自由形、イルカ杯福井県ジュニア水泳競技大会1000m自由形・2000mフリーリレーにて標準記録を突破

第38回全国JOCジュニアオリンピックカップ夏季水泳競技大会出場

吉田 圭佑さん【出合区】

(青郷小学校4年)

7月5日に開催された、イルカ杯福井県ジュニア水泳競技大会50m自由形・50mバタフライにて標準記録をクリア

竹中 聡志さん【出合区】

(青郷小学校6年)

イルカ杯福井県ジュニア水泳競技大会50m自由形・50m平泳ぎ・1000m平泳ぎにて標準記録をクリア

両名共とびうお杯第30回全国少年少女水泳競技大会出場

## ■弓道

平田 沙菜さん【青戸区】

(若狭高等学校2年)

6月5日～6日に開催された第61回福井県春季総合体育大会弓道競技大会にて団体の部で優勝

平成27年度全国高等学校総合体育大会弓道競技大会出場



## ■レスリング

松崎 功祐さん【和田一区】

(和田小4年)

昨年度北信越大会で3位、今年度金沢大会で3位となり、おおい町レスリング協会から推薦

平成27年度第32回全国少年少女レスリング選手権大会出場

第24回高浜町健康ウォーク開催します!

要申込

自分のペースで景色を楽しみながら歩いてみませんか。今年も健康ウォークにファミリーコース(約2km)を設けてファミリーウォークを行います。ベビーカーでの参加もOKです。

詳細については、回覧のチラシをご覧ください。教育委員会または保健課までお問合せください。たくさんのご参加お待ちしております。

日時/9月23日(水・祝)

午前9時スタート

●出発地/保健福祉センター

●申込締切/9月17日(木)

◇問い合わせ/教育委員会事務局

☎(72)7725

保健課 ☎(72)2493

福井国体会期が正式決定

平成30年

9月29日(土)～10月9日(火)

各競技の日程は年末に決定する予定です。また、国体競技が町内でも順次開催されています。今年開催された大会は左記のとおりです。

## ■アクアスロン

7月5日(日)

県民スポーツ祭の一環で、若狭和田海水浴場で開催され、スイムとランの2種目に県内外から40名が参加しました。平成28年度からはトライアスロン大会を開催する予定です。

## ■ビーチラグビー(第20回中部大会)

7月11日(土)～12日(日)

若狭和田海水浴場において開催され、約1、200名が2日間熱戦を繰り広げました。国体では、デモンストレーション競技として開催されます。

## ■セーリング

8月2日(日)

県民スポーツ祭の一環で、若狭和田マリーナで開催され、高校9艇、一般8艇が参加し、4レース実施しました。国体では約400艇が参加する予定です。来年以降もトライアスロンやセーリングの大会が町内で開催予定です。

和田de路地祭  
和田小学校6年生企画

楽しさ  
ばくはつ  
仲やまてい

今年も路地祭がやってきた！

今年も和田de路地祭の季節がやってきました。今回は9月20日(日)～21日(月)・祝に開催されます。メインとなるのはやっぱり「民宿ギャラリー」。パッチワークや流木アート、絵画など様々なアート作品が展示されます。またフリーマーケットや手作り市が毎年大好評な「ガレージセール」もあります。そして夜の一大イベント「長街宴〜隣人祭り〜」！郵便局前の通りに60mの食卓が並び、路地祭に集まった方みんなで料理を持ち寄り、楽しい時間を過ごします。この他にも着物リメイクファッションショーや馬車、近隣市町から集まったグルメ屋台など、楽しい企画が盛りだくさんです。

子どもたちもがんばります！

さて、中でも特に実行委員会のみなさんが一押ししているのが、和田小学校6年生による路地祭企画です。路地祭と小学校がコラボレーションするのは今年で4年目。毎年子どもらしく斬新なアイデアで路地祭を盛り上げてくれています。

なんと今年の6年生の舞台となるのは、和田1区にある空き家「中山邸」なんです。こちらの空き家、持ち主の方のご厚意により路地祭で活用させていただいているもので、福井大学野嶋研究室の学生たちが改修し、カフェやコミュニティスペース、ゲストハウスなどの活用方法を模索しています。

そんな魅力的な空き家を見学した和田小学校の子どもたちは、一瞬で中山邸のことが大好きに！「この場所自分たちの企画をやってみたい」という熱い思いを胸に、路地祭に向けた準備が始まったのです。

実行委員のメンバーのお話を聞いたり、自分たちで和田について調べてみたりしながら、和田の魅力をお客さんに知ってもらい、楽しんでもらう企画を考えたり子どもたち。和田の特産品を味わうことができるカフェや、きれいな砂浜の砂を使った体験コーナー、和田にまつわるクイズが楽しめるゲームコーナーや、路地祭をより楽しむことができるツアー企画！どれもとっても楽しそうですね。

子どもたちの企画名は「楽しさばくはつ仲やまてい」。中山邸の名前を「仲よし」「仲」にかけているようで、とてもかわいらしいですね。今回企画に取り組んでいる子どもたちは男女合わせて15名。決して大人数とは言えませんが、一人ひとりのパワーは絶大です。そんな子どもたちの思いと、和田の魅力がたくさん詰まった「楽しさばくはつ仲やまてい」。本当に楽しさが爆発しそうな予感がしています。

こちらの企画が開催されるのは路地祭1日目の9月20日(日)のみ。子どもたちの歓声が飛び交う賑やかな「仲やまてい」に、ごっそ遊びにきてくださいね。



→まずは和田のまちあるき。地域の方に案内してもらいながら、知らなかった和田の魅力を発掘しました。



←中山邸の中もじっくり見学。「昔のエアコンってこんな形だったの?」と、昔ながらの家の様子に驚く子どもたち。



→教室に戻ったらみんなで作戦会議。グループに分かれて準備開始です。4月のスタートから、あつという間に時間が過ぎていきます。



←学校でリハーサルをしてみました。本番と同じようにお客さんを迎えるために伝えられたかな...?



→こちらはゲームコーナーのグループ。和田の川にいる生き物をすくうゲームのようです。反省点を活かして、本番に向けてがんばろう！

〈企画・取材／高浜まちづくりネットワーク〉



# 自主防災組織のチカラ

第15回

## 自主防災組織のつくり方(規模編)

自主防災組織を組織しようとする場合、まず、どの程度の規模の住民で組織するかを考えなければなりません。

この場合、自主防災組織は地域の住民が最も効果的に活動が行えるよう、地域の実情に即してその規模を決めることが最善ですが、一般的基準としては、次のような規模が考えられます。

- 「自分達の地域は自分達で守る」という連帯感がわき、地域の防災活動を効果的にできる程度の規模であること。
- 地理的条件や生活環境、古くからのつながりや連帯感などから見て日常生活の基礎的な地域として一体性を有する規模であること。

### 自主防災活動の3原則

究極の目標は「コミュニケーション意識の向上」

自主防災活動には『こうしなければいけない』といった決まりごとはありません。

それぞれ独自の活動方法や工夫があって当然です。しかし、広く地域住民の参加と協力を得るためには、原則として押さえておくポイントがあります。

1. 楽しく参加できること。
2. 政治色や宗教色ぬきであること。
3. 活動目標や内容が明確・適切であること。



◇問い合わせ／防災安全課 ☎(72)7701

切り取って保存していけば、いつかあなたも「高浜あるあるマスター」！

✂-----キリトリセン-----✂

高浜あるある

その③

夜道では鹿に注意？

思わず「あるあるー」と頷いてしまう、高浜ならではの文化・風習をお届け！



イラスト：柴田 叔之

自然豊かな高浜町。だからこそ、夜中に車を運転する時に気をつけたいのが野生動物の飛び出しです。地域によって猿や猪、うさぎなど様々な動物に出会いますが、特に夜中に出くわすことが多いのが鹿ではないでしょうか。中には車のライトに驚き道路の真ん中で直立不動になってしまう鹿も……。そんな時には無理に進もうとせず、鹿が落ち着いて移動してくれるのを待つのが賢明かもしれません。

あるある度 ★★★★★

山沿いの道路で出くわすことが多いようです。

お役立ち度 ★★★★★

動物との接触事故について、車の保険を確認しておくのが◎

マニアック度 ★☆☆☆☆

軽快に走る鹿と車で並走したことがある方も多いのでは…

〈企画・取材／高浜まちづくりネットワーク〉

# お知らせします 2つの給付金 平成27年度

消費税率の引上げ(5%→8%)による影響を緩和するため、所得の低い方々や子育て世帯に対して、暫定的・臨時的な措置として「2つの給付金」を支給します。

この給付金を受け取るには申請が必要となります。対象となる方は期限内に申請してください。



## 臨時福祉給付金

- 支給対象者／次の要件を満たす方
  - ①基準日(平成27年1月1日)において、高浜町に住民登録されている方
  - ②平成27年度分の住民税が課税されていない方
- ※ただし、「ご自身を扶養している方が課税されている場合」「生活保護制度の被保護者となっている場合」などは対象となりません。
- 支給額／1人につき6,000円
  - ※平成26年度に実施しました加算措置はありません。
- 提出書類／①申請書
  - ②支給対象者全員の本人確認書類
  - ③口座確認書類
- ※③については、昨年度と同じ金融機関口座への振込みを希望する場合は省略できます。



## 子育て世帯臨時特例給付金

- 支給対象者／平成27年6月分の児童手当を受給される方
  - ※ただし特例給付(児童を養育している方の所得が児童手当の所得制限限度額以上の場合に、児童1人当たり月額5,000円を支給しているもの)を受給される方は、対象となりません。
  - また、公務員の方は、児童手当が支給されている所属庁から受給状況に係る証明書と申請書が交付されますので、基準日(平成27年5月31日)時点の市区町村での申請となります。
- 支給額／対象児童1人につき3,000円
- 対象児童／支給対象者の平成27年6月分の児童手当の対象となる児童
- 提出書類／①申請書
  - ②申請者の本人確認書類
  - ③口座確認書類
- ※②③については、児童手当振込口座への振込みを希望する場合は省略できます。



## 手続きについて(上記給付金共通)

- 申請手続き／支給対象となる可能性のある方に7月下旬ごろより申請書を送付しています。高浜町保健福祉センター(平日午前8時30分～午後5時)で申請の受付を行っておりますので、お早めに申請ください。(郵送でも申請できます。※10月30日の消印まで有効)※申請受付後、添付書類等で要件を確認し支給の可否が決定されます。
- 申請受付期限／平成27年10月30日(金)まで
  - ※期限を過ぎてからの受付はできません。



◇問い合わせ・郵送申請提出先／

福祉課「臨時福祉給付金・子育て世帯臨時特例給付金」係  
☎(72)5887(平日午前8時30分～午後5時15分)  
〒919-2201 高浜町和田第117号68番地 保健福祉センター内

## 下水道への雨水排水の禁止について

高浜町の下水道は、汚水の流入のみを対象として設計されており、雨水は側溝等に排水しています。

このため、各ご家庭の公共マスや接続マスから大量の雨水が流入すると、急激な水圧の上昇により隣近所のお宅の**トイレ、台所、お風呂**などから汚水が吹き出す恐れがあり、また、近くのマンホールから汚水が溢れ出し、地域の皆様にご迷惑をおかけすることになりますので、公共マスや接続マスのふたを開けて**雨水は絶対に流さないで下さい**。

また、マスのふたが壊れている場合は、早急に修理をお願いします。



## 人権擁護委員さんを紹介します！

人権擁護委員として平成24年7月1日から、1期3年にわたりご尽力された浅田隆さん(神野区)が任期満了を迎えられましたが、平成27年7月1日付けで再任され、2期目の活動を開始されました。

また、町内では老人憩いの家「瑞祥苑」において毎月第3火曜日(12月は12月7日(月))によろずじんけん相談を開催し、皆様からの相談を受け付けています。「これは人権問題ではないだろうか」「どこに相談すればいいのだろうか」など困ったことがあれば、お気軽にご相談ください。

◇問い合わせ／三松センター ☎(72)2080

なお、高浜町の人権擁護委員は次の皆さんです。(写真左から)

- ・佐野 純雄(塩土区) ・森山 一男(西三松区)
- ・浅田 隆(神野区) ・佃 絹代(中山区)
- ・田淵 祐子(和田二区)【敬称略】



## 図書館スタッフの おすすめBOOK

コーナー

### 「キャベツ姫」

エロール・ル・カイン作  
灰島かり訳  
【ほるぷ出版】

むかしむかし、あるところにたいへん口の悪い王さまがいました。ことあるごとに腹をたてては周りの人をののしります。ところがある日、森の王に呪いをかけられてしまいます。その呪いとは、口に出したことすべてが本当になるといふもの。ユーモアあふれるお話と、華麗な絵が魅力的な絵本です。



今回は、「大人も楽しめる絵本」を2冊紹介します。

### 「スパイダー屋敷の晩餐会」

メアリー・ハウITT文 トニー・ディテルリッジ絵  
別所哲也訳 【ぶんけい】

墨色一色で描かれた、コミックタッチのちょっとお洒落な絵本です。が、お話はかなりブラック。トンボ(?)の貴婦人が、クモの紳士の口車に乗せられて…。ページのそこそこに、犠牲となった虫たちの変わり果てた姿が描かれています。子どもも大人も、くれぐれも、甘い言葉にだまされないように…。



いま考えよう

# エネルギーと原子力

## 猛暑の夏に原子力発電を考える!!

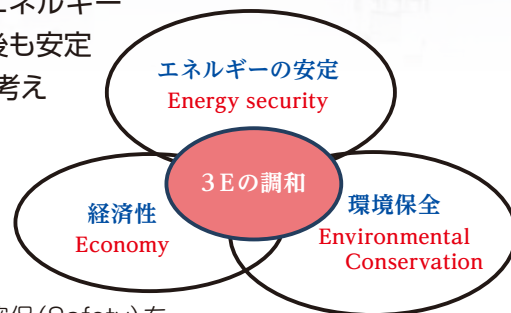
エネルギー資源の乏しい日本は、2度のオイルショック経験からエネルギー資源の安定した確保や発電方式の多様化等を推進してきました。今後も安定した電力を供給するためには、安全性を確保した「S+3E」が重要だと考えられています。

### 安全性を確保した3つのE (S+3E) .....

3つのEとは、

1. エネルギーの安定供給 / Energy Security
2. 経済性 / Economy
3. 環境保全 / Environmental Conservation

からなる概念です。



これは安全確保 (Safety) を前提にどんな時でも電気が安定的に届けられ、できるだけ安い価格で地球温暖化対策等、環境保全に努めることが重要であるとした日本エネルギー政策の基本です。

### 各種のエネルギー源を考慮し、短所をカバーする .....

各種発電方法には、安定的な供給、環境問題及び発電コスト等の様々な問題あり、長所と短所があります。

エネルギー資源が乏しい日本では、資源をどのように確保するかといった問題とともに、環境に配慮しながら経済的で長期の安定した電気をつくること大きな課題となっています。

エネルギー資源の価格は、世界の資源消費量の増加、中東での政情不安定及び投機活動等により、今後も大きく変動する可能性があります。火力発電は、発電コストに占める燃料費の割合が高く、価格安定性や備蓄性に優れた原子力発電や輸入燃料を必要とし

	安定供給	経済性	環境保全
火力発電	燃料は輸入 燃料産出国に偏りがある	燃料コストは不安定	CO <sub>2</sub> 排出量が多い
原子力発電	燃料は輸入 準国産資源	コストは安定 発電単価に占める燃料の割合が小さい	CO <sub>2</sub> を排出しない
水力発電	国産資源 自然条件に左右される	コストは安定	CO <sub>2</sub> を排出しない
風力発電	国産資源 自然条件に左右される	高コスト	CO <sub>2</sub> を排出しない
太陽光発電	国産資源 自然条件に左右される	高コスト	CO <sub>2</sub> を排出しない



ない太陽光・風力発電等の自然エネルギーの活用も大切です。これらの複数のエネルギー源を組み合わせることによって、それぞれの短所がカバーされ、環境にも配慮した電力の安定供給が可能になります。

### ピーク電力需要の削除 (ピークシフト・ピークカット) .....

ピーク電力需要の削減は、1年や1日の中で最も電気を必要とする時間帯の電気使用量を減らすということです。電気は1日中満遍無く使われているわけではありません。基本的には夏の昼間が最も電力需要が大きく、春秋の夜は電力需要が著しく低下します。すなわち1日をかけて消費量を減らす必要はなく、ピーク時の電力需要を削減できれば発電容量を大きくする必要がなくなるというわけです。そこで、ピークシフトとピークカットという考え方が出てきます。

ピークシフトとは、ピーク時に節電しピーク時でないときに電気を使うという電力需要の差を平準化する試みです。その方策としては、ピークでない時に蓄電してピーク時に使用するという供給側の対策と電気料金を時間ごとに変えピーク時に高く、それ以外に安くすることで利用者のピーク時以外利用を促すという需要側の対策の2つが大きく検討されています。また、ピークカットには、節電技術を開発・導入して常時電力を下げる方法とピーク時に活用できる太陽光発電などを利用してピーク時の商用電量を減らすという方法があります。



# 「広報たかはま」について みなさんの声をお聞かせください!

いつも広報たかはまをお読みいただきありがとうございます。  
広報たかはまでは、がんばっている人や町内のイベント情報、  
政策に関するお知らせなど、様々な町のニュースをお届けしています。  
一部記事を取材・編集している高浜まちづくりネットワークでは  
広報たかはまをより良い広報紙にしていきたいため、  
読者のみなさまのご意見を募集中です。  
「いつもこのコーナーを楽しみにしている」「こんな情報を掲載してほしい」など  
広報紙に関するご意見・ご感想をお寄せください。

## 【アンケート項目】

- ①よく読む記事をいくつかも教えてください  
※記事一覧の番号からお選びください(自由記述もOK)
- ②広報たかはまについてのご意見・ご感想をお聞かせください
- ③広報たかはまに掲載してほしい情報があれば教えてください

ご協力いただいた方の中から  
抽選で10名様に

**赤ふん坊やストラップ**

※ご希望の方はお名前、ご住所を  
必ずご記入ください。 **プレゼント★**



**10月2日(金)**

までにご投函ください

## 広報たかはま記事一覧

- ①表紙
- ②特集コーナー
- ③地域に医いこと
- ④地域包括支援センターよりご案内
- ⑤スポーツニュース
- ⑥自主防災組織のチカラ
- ⑦エンジョイ!たかはま(団体紹介)
- ⑧きな一れ!たかはまびと(人の紹介)
- ⑨図書館スタッフのおすすめBOOK
- ⑩いま考えよう エネルギーと原子力
- ⑪お知らせ
- ⑫法律ミニコラム
- ⑬食育ミニコーナー
- ⑭婚姻・出生・お悔み・転入転出状況
- ⑮高浜町イベントカレンダー
- ⑯その他 ※解答欄にご記入ください

〈企画・取材/高浜まちづくりネットワーク〉

## 【アンケート回答欄】

① よく読む記事をいくつかも教えてください

② 広報紙へのご意見・ご感想をお聞かせください

③ 掲載してほしい情報があれば教えてください

赤ちゃん

スマイルベビー

要申込

●日時／9月1日(火)

午前10時～11時30分

●場所／保健福祉センター

●対象／妊婦さん・満1歳までの

赤ちゃんのご家族

●講座

◎妊婦ミニ講座

「マタニティストレッチ(便秘・肩こり対策)、骨盤ケア」

◎子育てミニ講座「離乳食の基本」

●申込／前日までに申込が必要です。

◇申込・問い合わせ

保健課 ☎(72)2493

あかちゃん広場

申込不要

●日時／9月10日(木)午前10時～11時

●場所／保健福祉センター

●対象／生後6カ月～1歳2カ月の

お子さんと家族

●内容／親子ふれあい遊び

◇問い合わせ

保健課 ☎(72)2493

子ども

あそびの広場& 児童センターであそび

申込不要

●時間／午前10時30分～11時30分

●対象／保育所入所までの

お子さんとご家族

●内容／ミニ運動会

あそびの広場

●日程／9月2日(水)

●場所／保健福祉センター

児童センターであそび

●日程・場所

・9月4日(金)高浜児童センター

・9月9日(水)青郷児童センター

・9月25日(金)内浦公民館

◇問い合わせ

保健課 ☎(72)2493

わんぱくキッズ

要申込

●日時／9月15日(火)

午前10時30分～11時30分

●場所／保健福祉センター

●対象／1歳～保育所入所までの

お子さんとご家族

●内容／食育の話

※食生活改善推進員さんより、おやつ  
の提供もあり。

●講師／栄養士 山田さよこ先生  
●申込／前日までに申込が必要です。  
◇申込・問い合わせ  
保健課 ☎(72)2493

すこやか広場

申込不要

●日時／9月17日(木)午前10時～11時

●場所／町内各保育所

※行事等の関係で変更となる場合があります。

ります。

●対象／保育所に未入所の

お子さんとご家族

●テーマ／保育所のお友だちと遊ぼう

●内容／保育所を開放しお子さんと一緒に遊んでいただけの場を提供して  
います。育児の悩みや保育所について  
のご質問等もお聞きします。

◇問い合わせ

高浜保育所 ☎(72)0142  
和田保育所 ☎(72)0256  
青郷保育所 ☎(72)0887  
内浦保育所 ☎(76)1130  
保健課 ☎(72)2493



9 1 9 2 2 9 0

料金受取人払郵便



差出有効期間  
平成27年10月  
2日まで

福井県大飯郡高浜町宮崎73-5-2  
高浜まちづくりネットワーク 行



◆お名前

可能なかぎりでけっこうですのご記入ください。

◆ご住所

□□□□□□□□

◆年齢

◆性別

男 ・ 女

◆出身地

町内 ・ 町外 ( )

こころの相談  
(無料カウンセリング)

要申込

周囲に相談できずに悩み事や心配事を抱えている方、臨床心理士が解決する方法を一緒に考えます。

●日時／9月1日(火)、29日(火)  
午後1時～5時(1人1時間程度)

●場所／保健福祉センター

●カウンセラー／臨床心理士

藤井有香先生

※相談内容の秘密は固く守られます。

●申込／前日までに申込が必要です。

◇申込・問い合わせ

保健課 ☎(72)2493



災害ボランティア  
登録者募集

台風期等には、例年、局地的大雨や集中豪雨が観測されています。一昨年の嶺南地域での豪雨災害の際も、県内外からたくさんの方々が駆け付け、被災家屋の清掃やがれきの撤去などの活動を行っていただきました。

県では災害ボランティアの登録を平時から受け付けており、ボランティアを募集する際に、いち早くその情報をメールでお知らせします。

災害ボランティアへの登録は「社会貢献活動支援ネット」からできます。会員登録の際に、活動分野で「災害救援」を選択してください。

支援ネットホームページ

<https://www.navi-fukui.jp/>

◇問い合わせ／ふくしま県民活動

ボランティアセンター

☎0776(29)2522

里親になりませんか？

福井県では、色々な事情の子どもたちを自分の家に迎え入れ温かい愛情を持って一緒に生活していただく「里親

さん」を募集中です。関心のある方は、「里親制度説明会」にぜひご参加ください。

●日時／9月26日(土)

午後1時30分～3時

●場所／福井県立

若狭図書館学習センター研修室

●内容／・里親制度の説明・

里親養育について

●対象／里親に興味・関心のある方

◇問い合わせ

福井県嶺南振興局敦賀児童相談所

☎0770(22)0858

日本政策金融公庫

お子様の教育資金を「国の教育ローン」がサポート！

●融資額／お子様1人につき

350万円以内

●金利／年2・15%

※母子家庭の方などは年1・75%

(平成27年5月20日現在)

●返済期間／15年以内

※母子家庭の方などは18年以内

●ホームページ／「国の教育ローン」で

検索

◇問い合わせ／

教育ローンコールセンター(ナビダイヤル)

☎0570-0008656

または☎03(5321)8656

カンタン  
運動講座  
9月～11月

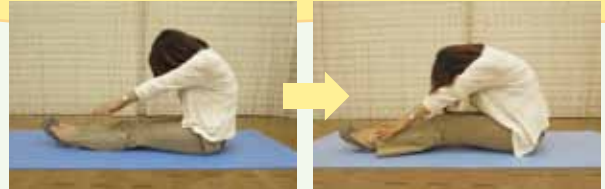
誰でもカンタン  
やわらかストレッチコース

要申込

参加  
無料

◇申込・問い合わせ／保健課  
☎(72)2493(前日までに要申込)

- 日時／①9月8日(火)午後2～3時  
②10月13日(火)午後2～3時  
③11月10日(火)午後2～3時
- 場所／保健福祉センター
- 定員／20名
- 講師／おおい町フィットネスセンター  
アクアマリン 三木剛 運動指導士



1回の参加でこんなにやわらかくなりました

体の柔軟性がアップすると...

- 疲労回復・転倒やケガの予防
- 肩こり腰痛の軽減などのうれしい効果が！



### 「高齢者・障害者の人権 あんしん相談」強化週間

福井県方法務局及び福井県人権擁護委員連合会では、高齢者や障害者をめぐる様々な人権問題の解決を図るため、次の期間に「高齢者・障害者の人権あんしん相談」強化週間を設け、電話相談時間を拡大して相談に応じます。秘密は守ります。一人で悩まず何でも相談してください。

#### ●受付時間／

・9月7日(月)～11日(金)  
午前8時30分～午後7時  
・9月12日(土)、13日(日)  
午前10時～午後5時

#### ●電話／ ☎0570-1003-110

※相談は無料(通話料はかかります)

### 無料法律相談

日常で法律に関わるすべての問題に専門の弁護士が相談に応じます。お気軽にご利用ください。

#### ●日程／月に1度(第2金曜日)

【次回】9月11日(金)

#### ●時間／午後1時～4時

#### ●場所／保健福祉センター

●受付方法／午前8時30分～午後3時まで、会場入口に設置してある

カード(整理番号)をお取りください。

◇問い合わせ／高浜町社会福祉協議会

☎(72)2411

### 自動交付機運用終了の お知らせ

高浜町役場正面玄関に設置してあります自動交付機が、平成27年9月30日の運用をもって終了します。

お手数ですが、その後の各種証明書の交付は窓口でお求めください。ご不便をお掛けし申し訳ございません。

#### ◇問い合わせ

住民課 ☎(72)7703

### 生活困窮者自立支援制度 について

働きたくても仕事が決まらない、生活が苦しい、就職がうまくいかず家にひきこもっている、電気・ガスが止まりそう、借金があり家計の管理ができないなど、「暮らし」や「仕事」でお困りの方、不安のある方のご相談をお受けし、「生活の立て直し」のお手伝いをします。ご家族など周りの人からの相談も受け付けています。

#### ◇問い合わせ

若狭健康福祉センター福祉課  
☎0770(52)1300

### 「社会を明るくする運動」の 協力を呼びかけました

「第65回社会を明るくする運動」強調月間(7月)に伴い、6月29日、若狭地区保護司会大飯支部の保護司や若狭西地区更生保護女性会の皆さんが街頭キャンペーンを行いました。

また、町内駅前、各小中学校などへ看板やのぼり旗を設置し、犯罪や非行のない社会の実現を呼びかけました。これに先立ち、役場において野瀬町長、横田町議会議長に内閣総理大臣からのメッセージが伝達されました。



### 福滋県境交流促進協議会 イベント情報

福滋県境交流促進協議会は、滋賀県と福井県の9市町(高島市、長浜市、米原市、敦賀市、小浜市、美浜町、若狭町、おおい町、高浜町)で構成された団体です。県境を越えて交流を深め、協力していくことで、それぞれの魅力あるまちづくりに役立てていくことを目的としています。

滋賀県 長浜市 9月5日(土)

### 長浜あざい あっぱれ祭り2015

◇問い合わせ  
江州YOSAKOI組織委員会  
☎0749(74)0194

福井県 敦賀市 9月2日(水)～5日(土)

### 敦賀まつり

◇問い合わせ  
敦賀まつり振興協議会事務局  
☎0770(22)8122

福井県 若狭町 9月22日(火)

### 第6回若狭町まつり

◇問い合わせ  
若狭町観光交流課  
☎0770(45)9111

福井県 小浜市 9月13日(日)

### 御食国若狭おばま YOSAKOI祭2015

◇問い合わせ  
YOSAKOI祭実行委員会  
☎0770(53)1111



## JICAボランティア募集

あなたも海外ボランティアへの扉をたたいてみませんか。

- 募集期間／10月1日(木)～11月2日(月)
- 募集ボランティア／①青年海外協力隊(20歳～39歳対象)  
②シニア海外ボランティア(40歳～69歳対象)
- 職種／農林水産、加工、保守操作、土木建築、保健衛生、教育文化、  
社会福祉、観光・商業、スポーツなど

◇問い合わせ／JICA北陸ボランティア担当 ☎076(233)5931 <http://www.jica.go.jp/hokuriku/index.html>

### 体験談&説明会



- 日時／・10月1日(木)  
午後6時30分～8時30分
- ・10月17日(土)  
午前10時～午後12時30分
- 場所／福井県国際交流会館

### 7月1日～31日届出分(敬称略・届出順)

#### ♡ ご結婚おめでとうございます

高瀬 輝雄♡榎野 直子 (関屋区)  
盛本 凌太♡鹿谷 唯 (和田四区)

#### ★ お誕生おめでとうございます

赤ちゃん(性別) 両 親 (住所)  
川越 柑太(男) 隆司・裕香子(和田二区)  
中嶋 礼(女) 敬明・飛鳥(小黒飯区)  
久岡 夏芽(女) 朗浩・純子(高野区)  
下野 蒼真(男) 勝厚・文(坂グリーンタウン)  
高橋 由妃(女) 宜大・舞(大西区)  
橋本 權(男) 理誠・美紗子(和田三区)

#### ✿ お悔やみ申し上げます

釣本 徳夫(61歳) (大西区)  
犬見 健治(72歳) (横町区)  
吉田 好一(79歳) (東三松区)  
富田 芳雄(88歳) (塩土区)  
植野 壽恵(69歳) (車持区)  
中嶋 さん(98歳) (馬居寺区)

#### 👤 人のうごき (7月31日現在)

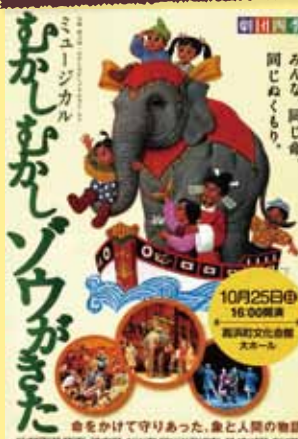
		前月比
【人 □】	10,758人	(+9人)
【男】	5,365人	(+1人)
【女】	5,393人	(+8人)
【世帯数】	4,197世帯	(+9世帯)

### 編集担当の つばやき

▶今回の表紙写真はサマーキャンプin若狭路の一場面です。高浜では海水浴や青葉山登山を楽しみました。子どもたちに、いつまでもきれいな自然を残していきたいですね。(まちネット)

▶今回、広報たかほまについてのアンケートをお願いします。町民の皆様の声を参考に、より良い広報紙にしていきたいと考えていますので、ぜひこの機会に、ご意見・ご感想をお寄せください。(山)

### 文芸協会イベント情報



### 町村合併60周年記念講演 劇団四季ミュージカル

## むかしむかし ゾウがきた

10/25(日)  
午後4時  
開演

高浜町文化会館  
大ホール

午後3時30分開場

●入場料／・一般 4,000円

【全席指定】・18歳以下 2,000円

(当日料金は500円増)

※チケットは各プレイガイドにて  
ご購入ください。

◇問い合わせ／文化会館 ☎(72)2751

## 法律ミニコラム

📍 私の夫Aと浮気をしていたBに200万円の慰謝料を請求しましたが、支払ってくれません(Bに対する慰謝料請求の可否は平成27年8月号の広報たかほまにて相談させていただきました)。そこで、Bに対して200万円の慰謝料請求の裁判を考えていたところ、Bは逃げるように、高浜町から東京の渋谷区に引越をしてしまいました。この場合、東京の裁判所で裁判をすることになりますよね? そうすると、東京の弁護士さんに裁判をお願いした方がよいのでしょうか。

📍 日本の裁判は被告の住所地にて行われるのが原則です(民事訴訟法4条1項)。そのため、原則としてBの住所地を管轄する東京地方裁判所で裁判をしなければなりません。もっとも、金銭の支払いを請求する裁判の場合、同金銭を支払うべき場所(法律用語的には義務履行地といいます)を管轄する裁判所で裁判をすることができます(民事訴訟法5条1号)。そして、Bがあなたに慰謝料という金銭を支払うべき場所はあなたの住む高浜町となります(民法709条、同484条参照)。したがって、高浜町を管轄する福井地方裁判所敦賀支部で裁判をすることができますので、福井の弁護士さんに裁判をお願いしても問題ありません。

**小浜ひまわり基金法律事務所** (所長・岡本 矢)  
相談するにはまずはお電話でご予約ください。☎(53)2018

